
Prix: 8.00 CHF
BioConsommActeurs
Bulletin d'information
4/2014

Une sélection parmi les nombreux avantages de l'agriculture biologique


Le bio est plus nutritif: Le lait bio contient plus d'acides gras oméga 3, et Les fruits et les légumes bio contiennent plus de substances importantes pour la santé.


Le bio est plus sûr: Les légumes-feuilles bio contiennent moins de nitrates, et les produits bio ne contiennent pas de résidus de pesticides.
De A à Z, toute la filière bio travaille sans manipulations génétiques.


Le bio est cohérent: Les producteurs bio utilisent des semences bio et achètent des bêtes bio. Et cela dès le début de la reconversion qui dure deux ans.


Le bio… est vraiment bio: Le bio est protégé par la loi, les entreprises agricoles biologiques sont bien contrôlées, et les entreprises agroalimentaires et commerciales biologique sont transparentes.


Les bêtes bio vivent mieux: Toutes les vaches bio mettent au monde leur propre veau, qui boit ensuite du lait bio, les cochons bio ont la queue en tire-bouchon, les bêtes bio ne sont pas dopées.


La médecine vétérinaire bio est douce: Quand elles sont malades, les bêtes bio sont soignées avec des produits naturels.


Le bio protège les oiseaux et favorise les insectes utiles ainsi que les vers de terre. C'est toute la biodiversité qui y gagne.


Le bio soigne le sol: Les sols bio ont une meilleure structure, les vergers et les vignes bio sont toujours verts, les plantes bio croissent dans la terre (pas de hors-sol!)


Le bio protège les cours d'eaux, les lacs et les nappes phréatiques. La qualité de l'eau est un bien vital pour tous.


Le bio économise l'énergie: L'agriculture biologique est plus efficiente, le bio ne dilapide pas de pétrole.


Le bio stabilise le climat: Les sols bio capturent plus de CO_2 pour le transformer en humus durable, le bio diminue les émissions d'ammoniac, le bio diminue les émissions de gaz à effet de serre.


Le bio est social: Le bio diminue les coûts de la santé, forme plus d'apprentis et se révèle valorisant.


Les produits Bourgeon (le label de Bio Suisse) sont authentiques: Ils ne contiennent ni colorants ni arômes, et aucun jus de fruits Bourgeon n'est fabriqué avec du concentré.





SOMMAIRE



Nous vous souhaitons
de très belles fêtes de fin d'année
et une année 2015 remplie de bonheur!!

Merci pour votre soutien

COMME DU GRAVIER QUI SE DÉROBE SOUS NOS PIEDS

On croyait en avoir terminé et voilà que ça refait surface, et on finit par s'apercevoir que tout est lié et même interconnecté. Car nous faisons partie d'un système vivant – donc hautement complexe. Il y a par exemple les nouveaux procès autour de l'amiante en Italie. Ou encore le round-up et les autres pesticides que l'on trouve dans pratiquement toutes les eaux de notre pays – et donc forcément partout où l'agriculture intensive mise sur la chimie. Il y a aussi les antibiotiques qu'on ne réserve pas uniquement au traitement des maladies déclarées mais que les éleveurs utilisent en prévention et même comme stimulateurs des performances d'engraissement du bétail. Et qui se retrouvent dans les produits animaux et les déjections animales. Donc partout. Cela multiplie les apparitons de résistances catastrophiques pour nous.

Vous voulez des steaks, des cuisses de poulet ou des côtelettes sans antibiotiques ? Il n'y a que l'agriculture biologique qui garantisse qu'on utilise les antibiotiques seulement pour traiter des maladies déclarées et seulement sur prescription vétérinaire. Et alors les délais d'attente avant la commercialisation du lait ou de la viande sont deux fois plus longs que dans la production conventionnelle.

Au fond c'est toujours le même mécanisme qui est à l'œuvre : pour générer plus de profit on utilise les matières les moins chères et soi-disant les plus efficaces. L'amiante dans le bâtiment, les intrants chimiques dans l'agriculture... pour ne parler que de ceux-là. Et plus tard on découvre que les tests d'homologation ont été truqués ou qu'il n'y en avait pas et « qu'on ne savait pas » que toutes ces substances sont toxiques ou même mortelles. Et on les utilise sans états d'âme jusqu'à ce que les écolos tirent la sonnette d'alarme. Puis on mandate des experts pour démontrer qu'ils s'imaginent des choses et qu'il n'y a pas de problèmes. On paie même les victimes pour qu'elles se taisent. Et on attend toujours que les problèmes soient si grands qu'ils éclatent au grand jour pour se demander ce qu'on pourrait bien faire...

Alors je le dis et redis : l'agriculture biologique n'est pas encore un système parfait et il y a encore beaucoup de travail de recherche pour sécuriser les rendements à des niveaux honorables et suffisants, c'est un fait, mais c'est le seul système qui, au nom du principe de précaution, s'impose de bannir complètement les pesticides de synthèse, les engrais chimiques et les antibiotiques en prévention ou comme stimulants. Et c'est un pas énorme pour éviter les résidus toxiques et l'apparition de résistances qui nous privent de médicaments précieux pour la santé humaine. Donc continuons d'être consommacteurs et de privilégier les produits bio pour aider l'agriculture biologique à se généraliser. Ici et ailleurs.

Manuel Perret, Président



LES MICRO-ORGANISMES POSITIFS

Restons des acteurs responsables de notre mieux-être, celui de nos animaux, de notre terre...

Cycle de la nature
Un nombre incalculable de transformations s'effectuent constamment. Des milliers de substances différentes et des millions d'espèces de micro-organismes y participent. L'homme peut stimuler ou détruire ces processus. La plupart des produits utilisés à la maison, dans l'agriculture ou l'industrie sont des oxydants puissants qui favorisent les populations microbiennes néfastes.

Qu'est-ce que les micro-organismes?

Les micro-organismes sont la base de toute la vie, on les retrouve partout en très grande quantité. Ils sont utilisés depuis longtemps pour produire la bière, les yogourts, la choucroute, le pain, le fromage, les alcools, le vin, les médicaments...
On compte parmi eux les bactéries, les levures et les microchampignons invisibles à l'œil nu.

Petits assistants d'une grande aide

Un seul gramme de terre contient des milliards de ces microorganismes. Ils transforment d'innombrables substances en nutriments pour les plantes, qui vont ensuite nourrir les animaux et les hommes.

Les micro-organismes sont composés de trois groupes :

1. Les micro-organismes de décomposition et de dégénérescence. Leurs métabolites, c.-à-d. des substances présentes dans les cellules ou issues de leur métabolisme, sont des oxydants acteurs de la putréfaction, de la décomposition et de la dégénérescence. Il se forme lors de ces processus des radicaux libres qui sont à l'origine de la plupart des maladies.

2. Les micro-organismes structurants, de régénération et de fermentation.Leurs métabolites sont des antioxydants qui sont à la base de la santé des sols, des eaux, des plantes, des animaux et des hommes.

3. Les micro-organismes neutres, qui sont quantitativement les plus représentés. Ces micro-organismes sont des suiveurs qui se comportent en éléments structurants ou décomposants suivant la prépondérance des deux autres groupes.

Les micro-organismes efficaces d'EM :

Les micro-organismes présents dans l'EM sont bénéfiques, naturels, non pathogènes et alimentaires. Ils ont une action de régénération, structurante et antioxydante.
EM est composé de bactéries lactiques, de levures, de moisissures, d'actinomycètes et de bactéries phototrophes. Aérobies et anaérobies, ces micro-organismes vivent en symbiose, les uns produisant des métabolites utilisés par les autres. Leur équilibre est important.
Cette gamme diverse de micro-organismes a été élaborée à l'origine pour favoriser la croissance des plantes et augmenter le rendement des récoltes. EM régénère les sols et l'eau, améliore le fonctionnement microbien de votre potager, de vos animaux et de vos plantes d'intérieur. Les végétaux s'avèrent aussi plus résistants à la sécheresse, aux parasites et aux maladies.

Ces micro-organismes permettent aussi d'accélérer la décomposition des déchets domestiques ou agricoles et aident à éliminer les mauvaises odeurs (putréfaction).
EM est un allié de prédilection en agriculture biologique (nombre de produits EM sont inscrits dans la liste des intrants du FiBL).

Que sont donc les EM ?

EM signifie « micro-organismes efficaces » (Effective Microorganisms en anglais). Dans les EM vivent en équilibre plus de 80 espèces différentes de micro-organismes aérobies et anaérobies où les uns vivent des métabolites des autres. Les levures, les bactéries lactiques et les bactéries photosynthétiques forment les plus grands groupes des EM. La symbiose parfaite des micro-organismes efficaces crée des forces régénératrices importantes qui développent des effets parfois très surprenants dans différents milieux.

Faites votre préparation EM maison

On peut trouver une solution locale et pratique si l'on ne veut pas acheter de produit.
On aura besoin de :
- 400 g de levain
- 400 g de yogourt
- 1 kg de mélasse noire brute
- 1 bidon opaque de 25 litres avec bouchon (rempli à 20 litres)
- Eau de pluie
- Bonnes intentions
- Bâton de bois pour le brassage (70 cm)
- De la ficelle naturelle organique

Dans un endroit bien tempéré, idéalement près d'arbres de type prunier, pêcher, cerisier...
On commence le jour de la lune noire.
4 litre d'eau de pluie, avec mélasse. On va sous l'arbre prunus, on attache la ficelle à une branche et au bâton qui descend dans l'eau sans toucher le fond.
On tourne le bâton dans le sens des aiguilles d'une montre pour former un vortex. Une fois celui-ci créé, on attend qu'il ralentisse, puis on recommence à tourner. Ceci pendant 6 minutes. Puis, on tourne dans l'autre sens de la même manière. On laisse au soleil deux heures. Puis, on rajoute le yogourt et le levain et on mélange un peu.

Le conteneur pour la fermentation doit être fermé, mais de manière à ce que les gaz puissent s'échapper. On garde ainsi pendant 28 jours en surveillant la fermentation. Ensuite on passe le liquide dans des contenants en verre bien fermés et stockés à l'obscurité. Le contenant doit être isolé thermiquement (et doit être à plus de 18 °C mais au maximum à 35 °C).

Pour l'utiliser, il faut le diluer à 1/10. Cela augmente la fertilité, on peut l'utiliser sur la terre, dans le potager, sur le compost, pour nettoyer...
Contre les champignons et moisissures : 1 volume de vinaigre, 1 volume d'alcool, 1/2 volume d'EM dilué, ail, piment rouge.

À partir de cette solution d'EM, on peut reproduire plus d'EM en rajoutant de la mélasse et de l'eau (une partie de mélasse pour une partie d'EM) et en brassant.

Concrètement, à quoi peut servir cette solution d'EM ?

Ces micro-organismes peuvent être utilisés en

appartement comme au jardin.
Ajouter les micro-organismes à l'eau de lavage du linge, des sols, de la vaisselle et sur toutes les surfaces lisses. Cela permet de réduire considérablement l'usage des détergents. Presque tous les objets présents dans une maison ou un jardin peuvent être nettoyés avec les micro-organismes.
Les micro-organismes sont employés pour dynamiser le sol et pour produire des récoltes saines et de haute qualité.
Dans la production animale, l'utilisation des micro-organismes a permis la diminution remarquable des odeurs, la quasi-disparition des mouches, la suppression de certaines maladies.

Grâce aux micro-organismes, la qualité des sols subit une transformation radicale, les sols se régénèrent. Les plantes poussent plus vite et sont bien plus résistantes aux maladies et aux agressions. Il devient alors beaucoup plus facile d'appliquer des méthodes d'agriculture biologique.

Dans l'eau, on peut utiliser les micro-organismes pour dépolluer les eaux des étangs, des réservoirs, recycler des eaux usées et transformer des déchets organiques en engrais de qualité.

La transmission de vibrations

Les champs vibratoires et les champs énergétiques de régénération ont un effet important, difficile à expliquer et qui est loin d'avoir été entièrement étudié. Les micro-organismes créent, de par leur métabolisme et leurs vibrations résonantes, un milieu dans lequel les processus de régénération peuvent être renforcés. Les micro-organismes stimulent des forces positives dans leur environnement.

Remarques importantes :

1. Pour qu'un changement rapide de la vie microbienne ait lieu, on peut dans un premier temps mettre des dosages assez élevés puis les diminuer par la suite.
2. Il est impossible de surdoser les micro-organismes.
3. Dans des conditions normales d'utilisation, les micro-organismes sont alimentaires.

Les micro-organismes d'EM Solution mère

EM Solution mère est le concentré de micro-organismes qui est à la base de tous les autres produits.

EM Solution mère est une polyculture de près de 80 micro-organismes naturellement présents dans la nature, dont des levures, des bactéries lactiques et des bactéries photosynthétiques. Elle se présente sous forme d'un liquide brunâtre à l'odeur aigre-douce et de pH 3,5. Les micro-organismes se trouvent en état de latence, ce qui permet une longue conservation. Pour la conservation, il est préconisé de conserver EM Solution mère dans un endroit sec et frais, à l'abri de la lumière (éventuellement le réfrigérateur). Il convient avant utilisation de remettre le flacon à température ambiante pendant au moins quatre heures.

RÉSUMÉ

Les EM libèrent des substances actives antioxydantes, bioactives et fortement énergétiques à partir de matériaux organiques et contribuent ainsi à augmenter l'énergie positive et structurante qui favorise la vie. Ils inhibent la putréfaction et favorisent une décomposition par fermentation normale. Sous l'effet des EM s'établit un équilibre naturel des micro-organismes utiles permettant de lutter contre les moisissures, les mauvaises odeurs, les maladies et d'autres processus de dégénérescence.



CIRCUITS BIO DE PROXIMITÉ : ÇA BOUGE EN SUISSE ROMANDE !

GRAND SUCCÈS AU MARCHÉ BIO DE MORGES AINSI QUE DANS 43 MAGASINS PARTENAIRES ROMANDS DE BIOCONSOMMACTEURS (BCA) LE WEEK-END DU 26-27 SEPTEMBRE 2014. PLUS DE 1100 VISITEURS ONT REMPLI LE JEU-CONCOURS ET UNE DEMI-DOUZAINE DE NOUVEAUX ABONNÉS SE SONT AJOUTÉS SUR PLACE AUX 2000 MEMBRES ET SOUTIENNENT DÉSORMAIS ACTIVEMENT BCA. LES PRÉSIDENTS DE BIOCONSOMMACTEURS – MANUEL PERRET, DE BIO VAUD – CÉDRIC CHEZEAUX ET DE COMMON FUTURE – FRANCK VIDAL ONT PU S'EXPRIMER SUR LE SUJET LORS D'UNE CONFÉRENCE DE PRESSE DONNÉE SUR LE STAND AU SOLEIL AUTOMNAL MORGIEN.

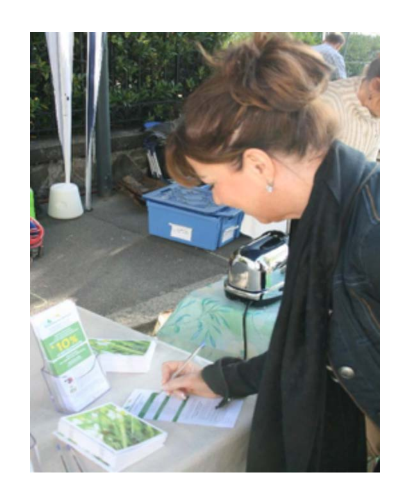
Plus de 150 visiteurs sont passés au Stand de BioConsommActeurs (BCA), association qui défend le droit d'être informé sur le Bio et qui favorise les partenariats producteurs-consommateurs en Suisse romande depuis 5 ans.

Samedi 27 septembre, de magnifiques rayons de soleil d'arrière-saison ont poussé les flâneurs à sortir découvrir le Marché Bio organisé par bio Vaud sur la Place du Casino à Morges. Après avoir découvert la profondeur d'une racine de batavia et dépassé les ânes et les chèvres, les familles et autres chalands ont pu goûter la magie des jus frais de santé et connaître les actions de BioConsommActeurs. Vêtus de tabliers à l'effigie de BCA portés fièrement par l'équipe de la coopérative des conseillers en environnement Common!Future venue prêter main forte, les curieux ont pu participer à un grand concours doté de nombreux lots. Tout au long de cette journée des animations ont ravi le public: Dégustation de jus de légumes frais par Mme Katrin Fabbri, thérapeute et conseillère en alimentation vivante, dégustation de goûters pour les enfants concoctés par Benjamin Lussi, chef de Traiteur-bio.ch, dégustation pour les toutous par CroquetteBio.ch, interview filmée à l'ombre du stand du président de BCA, Manuel Perret, ainsi que de Cédric Chezeaux, président de Bio Vaud et paysan Bio Bourgeon suisse.

Du vendredi 26 au samedi 27 Septembre, 43 magasins partenaires ont ouvert leurs portes en affichant 10 % sur tous les articles bio à tous les clients membres ou non. Du bien connu MagBio de Romanel à la boutique «Laurent&Magalie» de Morges qui fêtait sa première année d'activité, l'étendue de ce précieux partenariat a permis à chaque Romand de trouver un magasin de proximité et d'aller remplir son panier.

Le tirage au sort du jeu-concours qui permettait de gagner un extracteur de Jus Vitaléo, une année de croquettes bio pour son 4 pattes ou encore des paniers garnis a eu lieu et les résultats sont publiés ci-contre et en ligne sur le site www.BioConsommActeurs.ch et sur notre page Facebook.

Alexandra Paillus, Common!Future
(Coopérative des Conseillers/ères en Environnement)
Manuel Perret, BioConsommActeurs



SOUPES CRUES DE « CHOUCHOUX » À L'INDIENNE

« Compagnes de nos plongées atlantiques, ambassadrices de l'équilibre marin, véritables cornes d'abondance sur le plan nutritionnel, parées depuis l'Antiquité de vertus protectrices et de guérison, les algues sont les alliées de notre forme et de notre beauté. » Passage extrait de l'excellent livre « les Algues de A à Z) de Carole Dougoud Chavannes.

Les recettes ci-dessous vous feront bénéficier au quotidien de leur valeur exceptionnelle avec l'énergie des aliments crus.

Deux mots sur les algues choisies ci-après :

La kombu (bretonne ou royale) stimule l'organisme grâce à ses nombreux minéraux, l'iode en particulier. Attention de ne pas dépasser les doses. Ne pas prendre en cas d'hyperthyroïdie. La kombu révèle ses vertus par une cuisson. Les alginates (hydrates de carbone propres aux algues) sont libérés et captent nos toxines, virus, champignons, bactéries, etc.

La dulse, algue rouge endémique des côtes atlantiques nord, contient les oligo-éléments (cuivre, or, argent) nécessaires à notre système immunitaire en cas de refroidissement par exemple. De plus, avec ses acides aminés essentiels complets, elle remplace avantageusement les protéines animales.

Outre son onctuosité, l'agar-agar, poudre gélifiante issue d'algues rouges, a aussi la propriété de pansement gastrique et également d'élimination des toxines que nous avons tous !

Notre premier « chouchou » : Soupe de chou-fleur à l'indienne

La famille des choux est riche en vitamine C, E et du groupe B. Les choux sont un des meilleurs aliments qui soient car ils possèdent des enzymes particulières ayant un rôle anti-cancéreux prouvé. Ils sont également riches en minéraux.

Voilà donc des soupes pauvres en calories et riches en substances nutritives !

Une excellente occasion de manger du chou-fleur cru. Le poivron rouge accompagne à merveille le chou-fleur en adoucissant son côté « chou », mais on peut aussi le remplacer par un morceau de courge.

Entrée pour 2 personnes ou 500 ml ou 2 tasses :

- 10 g de kombu bretonne ou royale
- 1 cuillère à thé d'agar-agar
- 1 tasse d'eau
- 50 g de dulse fraîche
- 1/2 chou-fleur de taille moyenne
- 1 poivron rouge ou 1 petite tranche de courge musquée
- 1 cuillère à soupe de sauce soja (shoyu ou tamari)
- 1 cuillère à café de pâte de curry rouge
- Une poignée de jeunes pousses d'épinards
- Herbes du jardin : persil, ciboulette
- Facultatif : 1 cuillère à thé de tahin (purée de sésame)

Préparation :

- Dessaler les 2 algues selon le mode d'emploi.
- Faire frémir à couvert dans une casserole l'algue kombu grossièrement coupée au ciseau avec le contenu de la tasse d'eau pendant 10 minutes au moins.
- En fin de cuisson, rajouter la cuillère à thé d'agar-agar et porter à ébullition le tout pendant 1 minute.
- Verser sur la préparation suivante :
- Préparer le chou-fleur, le poivron et le gingembre pelé et les placer dans le bac du mixeur (blender ou Vitamix).
- Rajouter la sauce soja, l'algue, le curry et la dulse en réservant 10 g de celle-ci.
- (Facultatif) Rajouter la purée de sésame.
- Mixer en une soupe onctueuse et légère.
- Préparer une chiffonnade avec les jeunes pousses d'épinard, les herbes du jardin et l'algue dulse (couper au ciseau).
- Verser la soupe dans des bols et saupoudrer de chiffonnade.

Préparer une marinade et y mettre les tomates séchées.

Sur une assiette, mettre au milieu l'houmous et disposer autour les tomates séchées et la salade de concombres et de courgettes jaunes.

Notre deuxième « chouchou » : Soupe froide de brocoli à l'indienne

Et le brocoli cru ? Ce légume a été introduit en France au XVe siècle par Catherine de Médicis. Tout comme l'artichaut, ces 2 légumes ont été créés en Italie. Depuis, il est présent chez notre marchand de légumes pendant les longs mois d'automne et d'hiver.

Entrée pour 2 personnes ou 500 ml ou 2 tasses :

- 10 g de kombu bretonne ou royale
- 1 cuillère à thé d'agar-agar
- 1 tasse d'eau
- 50 g de dulse fraîche
- 1 brocoli de petite taille
- 1 courgette de petite taille
- Jus d'un demi-citron
- 1 centimètre de curcuma frais ou une cuillère à café curcuma en poudre
- 1 cuillère à café de pâte de curry jaune
- 1 cuillère à soupe de sauce soja (shoyu ou tamari)
- Une poignée de jeunes pousses d'épinards
- Herbes du jardin : persil, ciboulette
- Facultatif : 1 cuillère à thé de purée d'amande blanche

Préparation :

- Dessaler les 2 algues selon le mode d'emploi
- Faire frémir dans une casserole l'algue kombu grossièrement coupée au ciseau avec le contenu de la tasse d'eau pendant 10 minutes au moins.
- En fin de cuisson, rajouter la cuillère à thé d'agar-agar et porter à ébullition le tout pendant 1 minute.
- Verser sur la préparation suivante :
- Préparer le brocoli, la courgette et le curcuma pelé et les placer dans le bac du mixeur (blender ou Vitamix).
- Rajouter la sauce soja, l'algue dulse en en réservant 10 g.
- Mixer.
- Préparer une chiffonnade avec les jeunes pousses d'épinard, les herbes du jardin et l'algue dulse (couper au ciseau).
- Verser la soupe dans des bols et saupoudrer de chiffonnade.

Bon appétit !

Katrin Fabbri, thérapeute et Atelier de cuisine végétarienne vitalité, www.artdevie.ch, cf. privilèges page 21

Nouveau: Noms de domaines avec l'extension «.bio»

Il est maintenant possible d'enregistrer des noms de domaines internet avec l'extension «.bio». Cela permet de choisir des noms courts qui sont déjà occupés pour d'autres extensions, mais aussi de se présenter clairement comme entreprise ou organisation du secteur bio. Ces noms de domaines peuvent être enregistrés sur www.myfarm.bio, www.myproduce.bio ou www.register.bio.

Source : bioactualités

Nouveaux effets secondaires des pesticides : Vive les alternatives…

On sait tous que les pesticides simplifient beaucoup de choses. Traiter une culture ou utiliser des semences traitées permet d'éviter beaucoup de problèmes de ravageurs. Une nouvelle étude menée aux Pays-Bas et publiée récemment dans «Nature» montre qu'il ne faut cependant pas sous-estimer les effets secondaires.

Elle a mis en relation les taux de croissance des populations de 15 espèces d'oiseaux insectivores avec la concentration de l'insecticide Imidaclopride dans les eaux de surface. Les populations de 6 des 15 espèces étudiées croissent d'autant plus lentement que la concentration d'Imidaclopride dans les eaux est forte. La régression des populations n'a commencé qu'après l'introduction de cet insecticide. L'Imidaclopride fait partie des néonicotinoïdes et il est p. ex. utilisé pour traiter les semences de colza et de maïs. Il y a des indices que ces insecticides contribuent aussi à la diminution des populations d'abeilles, et la Suisse a donc introduit cette année un moratoire de deux ans sur l'Imidaclopride. L'étude hollandaise permet donc de penser que d'autres insectes et d'autres espèces insectivores sont touchés par cet insecticide.

Marcel van der Heijden, Agroscope (Source : bioactualités)

Nouvelle plateforme pour la restauration fermière

La nouvelle plateforme internet bilingue www.swisstavolata.ch veut apporter des clients aux restaurants fermiers de toute la Suisse. C'est très intéressant pour tous les BioConsommActeurs qui recherchent une autre manière d'aller au restaurant : «Les clients de Suisse et d'ailleurs peuvent depuis septembre 2014 réserver une table paysanne dans toute la Suisse et y manger comme chez des amis», dit le communiqué de l'Union Suisse des Paysannes et des Femmes Rurales (USPF) et de Home Food Media GmbH. Le projet a pour but de répondre à la nostalgie de la simplicité, de la tradition et des produits du terroir. Swiss Tavolata offre aux paysannes un revenu supplémentaire à la ferme. La coopération avec Suisse Tourisme est considérée par les initiantes comme la confirmation que l'idée tombe à pic et correspond à la tendance «Meet the locals».

Source : bioactualités

Edamame, pousses d'épeautre et substrats pour champignons: Deux producteurs bio nominés pour l'Agroprix

Il y avait deux projets bio sur les quatre nominés pour l'Agroprix. La famille Böhler produit à Seuzach ZH des graines soja vertes à manger comme snack et de l'herbe d'épeautre d'origine de qualité Demeter pour faire des smoothies. Les feuilles d'épeautre sont pressées en jus seules ou avec des fruits. Clientèle: restaurants et privés. L'edamame est un snack pauvre en calories originaire d'Asie fait avec des graines de soja récoltées encore vertes. Une collaboration avec d'autres fermes permet de maîtriser toute la filière et de garder la valeur ajoutée dans l'agriculture. Sepp et Patrick Häcki exploitent à Kerns LU une champignonnière, la première du monde à être à la fois entièrement bio et automatisée! C'est justement ce dernier projet qui a gagné l'Agroprix et qui a été couronné au Kursaal de Berne le 13 novembre passé.

Source : bioactualités
www.edamame.ch
www.kernser-edelpilze.ch

Comparaison des systèmes sous les tropiques – Boliviens, Indiens et Kenyans se rencontrent au FiBL

L'agriculture biologique est-elle aussi une alternative valable pour les paysans des tropiques? Le FiBL étudie cette question dans le projet «SysCom» en Bolivie, en Inde et au Kenya. Des essais de longue durée analogues à l'essai DOC y comparent depuis 2007 l'agriculture conventionnelle, biologique et biodynamique. La vingtaine de partenaires de tous ces pays qui se sont rencontrés au FiBL présentent les premiers résultats: les systèmes biologiques sont un peu moins productifs mais moins coûteux, et les produits bio se vendent plus cher sur le marché mondial, ce qui en fait une alternative économiquement intéressante.

Le projet se base sur les principes de la recherche participative qui implique directement les agriculteurs et les transformateurs. Le projet «SysCom» est soutenu financièrement par la Fondation Biovision, le Fonds Coop pour le développement durable, le service liechtensteinois du développement (LED) et la Direction du développement et de la coopération (DDC).

Source : bioactualités
Pour en savoir plus sur le projet «SysCom»: www.systems-comparison.fibl.org.

Une commune du Tyrol du Sud ne veut plus de pesticides
L'utilisation des pesticides a fortement augmenté dans la région touristique du Tyrol du Sud à cause du développement des vergers intensifs. La commune sud-tyrolienne de Mals a réagi à cette évolution: Une décision populaire impose une interdiction des pesticides sur tout le territoire de la commune. Un concept doit être élaboré pour les remplacer par des produits phytosanitaires organo-biologiques. La décision, prise à une majorité de 75,7 % des citoyens de plus de 16 ans avec une participation de 70 %, est contraignante pour l'administration communale. Et Mals n'est pas seule: La résistance contre les pesticides prend toujours plus d'ampleur dans toute la région.

Source : bioactualités

Nouveau comité mondial pour l'IFOAM

Le nouveau comité mondial du mouvement bio a été élu lors de l'Assemblée générale de l'IFOAM (la Fédération international des mouvements d'agriculture biologique) des 16 et 17 octobre à Istamboul après un mandat de trois ans. C'est sous la présidence de Katherine DiMatteo (USA), Helmy Abouleish (Égypte) et du directeur de l'IFOAM Markus Arbenz que les 292 des 500 membres de 40 pays présents ont participé aux débats. Le nouveau comité mondial a été élu en deux tours et comprend maintenant Roberto Ugas (Pérou), Gabriela Soto (Costa Rica), Eva Torremocha (Espagne), Manjo Smith (Namibie), Frank Eyhorn (Suisse), Matthew John

(Inde), Andre Leu (Australie), Peggy Miars (USA, nouvelle) et Zhou Zejiang (Chine, nouveau). Se sont retirés: James Cole (Ghana) et Matthew Holmes (Canada). Andre Leu a été élu président pour la troisième fois.

Source : bioactualités

Paysannes du monde: Tournée de conférences en Suisse

L'Année internationale de l'agriculture familiale proclamée par l'ONU a conduit Swissaid et l'Union Suisse des Paysannes et des Femmes Rurales (USPF) à organiser une série de rencontres particulières intitulée «Dialogue entre paysannes».

Huit femmes du Canada, de Colombie, du Myanmar et du Tchad ont visité en octobre des fermes suisses pour parler de leur vie lors de sept rencontres. Les quelque 80 visiteuses et visiteurs ont pu se faire une idée de l'agriculture biologique sur le domaine Bourgeon de la famille Schreiber à Wegenstetten AG (à droite sur la photo: Helen Schreiber).

La conseillère nationale et paysanne bio Maya Graf était aussi de la partie. Faire connaissance avec cette ferme suisse était au programme au même titre que la présentation de sa ferme par la Colombienne Martha Pinto (à gauche sur la photo) et qu'un débat avec le public. En Colombie, le principal motif d'intérêt pour l'agriculture biologique est de produire des aliments sains et non transgéniques pour sa famille. Il n'y a par contre pas d'encouragements étatiques. Il a aussi été dit que les femmes du Sud ne peuvent souvent pas dire grand-chose en public mais sont fréquemment des décideuses importantes dans leurs familles. Il est donc important pour l'avenir des petits paysans de favoriser les femmes, de mieux les former et de les encourager à s'impliquer davantage dans la vie publique.

Source : bioactualités

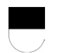
Initiative pour des contributions étatiques pour les vaches à cornes

L'IG Hornkuh (Groupe d'intérêts pour les vaches cornues) a lancé fin septembre son initiative pour un soutien financier étatique des éleveurs dont les vaches ont des cornes. Contrairement aux interventions politiques antérieures, cette initiative dont le nom officiel est «Pour la dignité des animaux de rente agricoles (Initiative pour les vaches à cornes)» ne parle plus d'un paiement direct d'un franc par vache cornue et par jour. Le texte de l'initiative est en effet plus général: «Elle [la Confédération] encourage, au moyen de mesures incitatives présentant un intérêt économique, les formes d'exploitation particulièrement en accord avec la nature et respectueuses de l'environnement et des animaux; ce faisant, elle veille en particulier à ce que les détenteurs de vaches, de taureaux reproducteurs, de chèvres et de boucs reproducteurs soient soutenus financièrement tant que les animaux adultes portent leurs cornes.»

Source : bioactualités

Les formulaires de signature et les prospectus de l'Initiative pour les vaches à cornes peuvent être téléchargés depuis

www.valengiron.ch/Kuhhörner/Initiative
ou commandés par téléphone au 032 493 30 25.



FRIBOURG : MAGASINS AVEC PRODUITS BIO

Bulle, Gaïa Alimentation Biologique, Marie-Claude Quartier, Rue Victor Tissot 2-4, tél.026 912 99 20 Rabais 5% sur les Huiles alimentaires
Fribourg, Magasin Biona, Trudy Tingely,Place de la Gare , tél.026 322 55 85, Rabais 3% sur tout l'assortiment
Fribourg, Prosana, Damien Eichenberger, Rue Hans- Geiler 2, tél. 026 321 46 93, www.naturopathie-fribourg.ch info@naturopathie-fribourg.ch Rabais 3% sur tout l'assortiment
Fribourg, Le Petit Paradis, Alexandre Robatel, Place du Petit Paradis 24 ,tél.026 323 32 80 lepetitparadis@bluewin.ch Rabais 5% sur les fruits secs en vrac et noix et 5% sur le remplissage des produits de nettoyages
Massonnens, Saveur Bio, Maud Saturnin, Route de la Combetta 2, tél. 026 652 30 34, www.saveurbio.blogspot.com : 10 % sur les huiles essentielles Florame et sur Ecodoo et Douce Nature

FRIBOURG : PRODUCTEURS BIO (VENTE DIRECTE)

Villarepos, Bergerie de Chandossel, Reto Fivian, Chandossel 9, tél./fax 026 675 30 72, www.agneau-bio-lamm.ch : Rabais de 5 % sur les commandes de viande d'agneau

FRIBOURG : BIEN-ÊTRE ET SANTÉ

Sorens, Cours de Sophrologie, cours pour mieux vivre, Roger Gogniat, Plan des Marais 34, tél. 026 915 00 94 ou 079 633 76 32, www.sosphren.ch : Séance d'info gratuite + bon de 100.– sur les cours

FRIBOURG : HABITAT, JARDINS, LOISIRS, SERVICES, ETC.

Estavayer-le-Lac, Borlan Fiduciaire Sàrl, Pierre Alain Gruaz, Chemin du Bel-Air 3, tél. 079 549 83 38 ou 021 887 82 58, gruaborlan@bluewin.ch : Rabais de 10 % sur les comptabilités et les feuilles d'impôt



GENEVE: MAGASINS AVEC PRODUITS BIO

Carouge, Relais Nature, Yves Keifflin, Place de l'Octroi 10, tél.022 342 96 21, fax 022 300 24 38, Rabais 5% sur l'assortiment sauf les produits frais.
Chêne-Bourg, L'Atelier du Bio, Philippe Tosi, Rue de Genève 3, www.atelierdubio.ch, info@atelierdubio.ch , tél. 022 349 70 80 Rabais 5% sur tout l'assortiment
Genève, Le Marché de Vie, Muriel Bramaz-Cornaz, Rue des Eaux-Vives 25, tél.022 735 44 34, Rabais 4% sur l'assortiment des produits frais www.lemarchedevie.ch
Genève, Alna Diétérique Bio, Dr. Khan Hoang-Van, Rue de Cornavin 3-5, tél.022 738 09 84, Rabais 5% sur tout l'assortiment.
Genève, Bio Servette, Dr. Khan Hoang-Van Route de Meyrin 3 tél. 022 733 86 74, Rabais 5% sur tout l'assortiment.

GENÈVE : PRODUCTEURS BIO (VENTE DIRECTE)

Genève (Petit-Saconnex), Ferme de Budé, Chemin Moïse-Duboule 2, tél. 076 224 82 85, www.ferme-de-bude.ch, Marché à la ferme : Rabais de 5 % sur tout l'assortiment du marché
Meinier, Ferme Jaquet, Marc Jaquet, Route des Carres 17, tél. 022 750 15 22, marc-jaquet@bluewin.ch : Rabais de 20.– sur les cabas de 12 kg de viande de bœuf et de 10 % sur le vin rouge
Satigny, Vins, Domaine de la Devinière, Willy Cretegny, Route du Mandement 101, tél. 022 753 22 87 ou 079 626 08 25, www.la-deviniere.ch : Rabais de 10 % sur tout l'assortiment

GENÈVE : BIEN-ÊTRE ET SANTÉ

Joyma, Coiffure et beauté, Rue des Pâquis 10 tél. 022 731 21 21, Rabais 10 % sur la gamme des produits cosmétiques Bio.

GENÈVE : HABITAT, JARDINS, LOISIRS, SERVICES, ETC.

Carouge, Atelier d'impression Kurz SA, Ch. du Faubourg-de-Cruseilles 17, tél. 022 736 66 03, www.kurz.ch : Rabais de 10 % sur les travaux d'imprimerie avec encres végétales sur papier FSC



JURA : MAGASINS AVEC PRODUITS BIO

Delémont, Magasin bio&co, Corinne Winkelmann, Rue des Pinsons 17, 032 423 03 08, www.bioetco.ch Rabais 10% sur les chocolats «Vivani » et les tisanes « La Route des Comptoirs »
Porrentruy, Au Jardin de Cérès, Elisabeth Rohrer-Choffat, Rue des Pinsons 17, tél.032 466 47 29, jardin.ceres@bluewin.ch Rabais 3% sur tout l'assortiment.

JURA BERNE: MAGASINS AVEC PRODUITS BIO

St.-Imier, Oasis santé, Corinne Agatiolo Rihs, Rue du Dr.Schwab 14, tél/fax.032 941 44 51, oasis-sante@bluewin.ch lundi fermé. Rabais 3% sur tout l'assortiment.



NEUCHÂTEL : MAGASINS AVEC PRODUITS BIO

Fleurier, La Ruche Royale, Hedi Balmas, Rue de la Gare 5a, tél.078 627 26 78, larucheroyale@gmail.com Rabsis 3% sur tout l'assortiment.
La Chaux- de- Fonds, Magasin Terrame, Jade Lavergnat, Passage Léopold-Robert 4, tél.032 968 22 88, jade-terrame@hotmail.ch , Rabais 5% sur tout l'assortiment.
La Chaux-de-Fonds, Magasin Cérès, liengme Vincent, Place du Marché 4, tél. 032 913 26 68 vincenteleone@bluewin.ch Rabais 3% sur tout l'assortiment.
Montézillon, Boutique-Magasin l'Aubier, Christoph Condes, Les Murailles 5, tél.032 732 22 11 contact@aubier.ch www.aubier.ch Un café ou un thé offert dans notre restaurant à partir de CHF 30.- d'Achat
Neuchâtel, Au Friand, Produits sans Gluten, Catherine Bachmann, Faubourg de l'Hôpital 1, tél.032 725 43 52 Rabais 2% sur l'assortiment.

Neuchâtel, Cérès Autrement, Catherine Matthey, Place des Halles 5, tél.032 725 26 37, ceresautrement@gmail.com Rabais 3% sur tout l'assortiment.
Peseux, Magasin Bio-Mag, Flavio Proserpi, Rue E.-Roulet 3, tél.032 730 10 72, Rabais 2% sur l'assortiment, sauf fruits, légumes et produits laitiers.

VALAIS : MAGASINS AVEC PRODUITS BIO



Conthey, Magasin Naturellement Vôtre, Sylvie Sommer, Route des Rottes 26, tél 027 306 18 00, naturellementvotre@romandie.com : Rabais 10 % sur les huiles essentielles et l'aromathérapie
Monthey, La Pomme d'Api, Maxime Knupfer, Avenue de la Gare 12, tél. fax. 024 471 22 54, www.lapommedapi.ch : Rabais de 10 % sur les huiles essentielles
Sion, Magasin Le Verger Solaire, Suzanne Bétrisey, Place du Midi 39, tél. 027 322 69 36 Rabais de 3 % sur tout l'assortiment sauf produits frais (fruits, légumes, produits laitiers, etc.) et produits en action
Vétroz, Biofruits SA, Olivier Cordey, Route du Rhône 12, tél. 027 345 39 39, fax 027 345 39 49, www.biofruits.ch : Rabais de 10 % sur les pommes, les poires et les jus de fruits maison

VALAIS : PRODUCTEURS BIO (VENTE DIRECTE)

Choëx, Viande Bio, La Ferme du Nant, Aimé Gay, Route de Choëx 80, tél.024 471 02 63, www.ferme-du-nant.ch : Rabais de 10 % sauf sur œufs, huile de noix, saucisses sèches et viande séchée
Miège, Vins, Biocave, Famille Elisabeth et René Güntert-Schindler, Ancienne route Sierre 17, tél. 027 455 83 21, www.biocave.ch : Rabais de 10 % sur les vins et le jus de raisin achetés à la cave
Pont-de-la-Morge, Les Simples, Isabelle Gabioud, Rue de la Temporie 4 (2ème étage), Veuillez téléphoner avant de venir au 079 723 32 36, www.lessimples.ch : Rabais de 10 % sur les sirops
Riddes, Maître-Maraîcher bio, Lionel Favre, Route des Fruits, Zone industrielle d'Écône, tél. 027 306 92 34 ou 079 441 63 88, www.bio-valais.ch : Rabais de 10 % sur les fruits et légumes en vente directe
Susten, ValNature, Felix Küchler, Waldstrasse 26, tél. 027 473 22 43 ou 079 752 41 10 : Rabais de 10 % sur tout les produits au verjus, www.verjusbio.ch, indiquer le code de remise suivant : bioconsom

VALAIS : HABITAT, JARDINS, LOISIRS, SERVICES, ETC.

Monthey, Pousse Nature (jardins bio), tél. 024 472 28 83, www.poussenature.ch : Rabais de 10 % sur les aménagements bio, les traitements bio et le coaching, rabais de 10 à 200.– sur les cours



VAUD : MAGASINS AVEC PRODUITS BIO

Cossonay, Chez Karolina, Rue des Laurelles 6, Caroline Kluvers, tél.+fax 021 861 16 23 www.chez-karolina.ch chez-karolina@bluewin.ch Rabais 5% sur l'assortiment sauf sur les produits frais
Echallens, Magasin MBIO, A & M. Baeriswyl, Route d'Yverdon 2, tél. 021 881 38 04, www.suisse4bio.ch, Produits bio, diététiques, sans gluten et du terroir : Rabais général de 2 %

Lausanne, Un amour de peau, Cosmétiques Bio et 100 % naturels, Laurence de Crousaz, Rue de Bourg 11, tél./fax : 021 312 33 01 www.unamourdepeau.ch laurernce@unamourdepeau.ch (fermé le lundi) : Rabais de 10 % sur tout l'assortiment
Lausanne, Chougarou bio-éco-design pour les enfants de 0 à 4 ans, Rue de la Grotte 8, tél. 076 512 50 58, www.chougarou.com : Rabais de 10 % sur la boutique en ligne, code : ChouBio2012
Lausanne, Magasin Topinambour, produits biologiques, Avenue William-Fraisse 9, tél. 021 616 37 42 Rabais de 10 % sursur L'Huile dive ligurie
Lausanne, Magasin La Biotique Ayer, Av.Montchoisi 3, tél.021 616 74 22, www.biotique.ch , shop@biotique.ch, Rabais 8% sur les compléments Alimentaires.
Lausanne, Magasin ARTeBio, Riant-Mont 2, tél. 021 311 22 33, www.artebio-lausanne.ch, Lisartebio@gmail.com, Rabais 5% sur tout l'assortiment.
Lausanne, Morges, Pharmacies Populaires, www.pharmapop.ch : Rabais de 10 % sur tous les produits bio et naturels
Lausanne, Magasin Meveha, Avenue de France 48, tél.021 624 67 55, www.meveha.com info@meveha.com Rabais 10% sur la gamme de nos produits
Le Mont-sur-Lausanne, Marché du Grand Mont, Route du Grand-Mont 16, tél. 021 653 24 49, marchedugrandmont@bluewin.ch : Rabais de 5 % sur l'assortiment BIO sauf produits laitiers
Lonay, Au fil des Saisons, jardinerie, producteur : Légumes, fruits, plantons, terreaux, engrais bio, graines. Route de Denges 21-23, tél. 021 804 11 58, www.afds.ch : Rabais de 3 % sur tout l'assortiment
Mollie-Margot, Magasin « Arpège » de l'association La Branche, Chemin de la Branche 32, tél. 021 612 41 30, www.labranche.ch : Rabais permanent de 10 % sur l'assortiment, horaires sur internet
Morges, Espace Renaissance, Rue de Couvaloup 18, tél. 021 802 37 23, www.espace-renaissance.com : Rabais de 10 % sur l'assortiment et les soins esthétiques, code internet: BIOCONSO13
Morges, Magasin Laurent&Magalie, Rue Louis de Savoie 54 1110 Morges, tél.021 801 08 22 www.laurentetmagalie.ch Rabais de 2% sur tout l'assortiment du magasin.
Nyon, votre espace bio et naturel, Lilly's Green Market, Rue neuve 7 tél.022 362 39 83, Lilly's www.facebook.com/lillysgreenmarket .Rabais 10% sur tout l'assortiment
Pully, Magasin Le Coin du Fromager, Rue de la Gare 1, tél. 021 728 13 29, Rabais 5% sur tout l'assortiment.
Rolle, Epicerie Tournesol, Grad'Rue 31, tél. 021 826 14 06 fax 021 826 14 07, epicerietournesol@bluewin.ch , www.epicerietournesol.ch Rabais 10% sur les produits de soin, cosmétiques et compléments alimentaires
Romainmôtier, Atelier de La Baleine, literie bio, Evelyne De Icco, Rue du Pont Couvert 14, tél. 024 453 30 29 ou 079 311 07 24, www.atelierdelabaleine.com : 10 % sur les coussins et 5 % sur les matelas
Romanel-sur-Lausanne, Le supermarché BIO « MagBio », Route de Neuchâtel 2, tél. 021 729 00 56, www.magbio.ch : Rabais permanent de 10 % sur la plus grande partie de l'assortiment
Villeneuve, La P'tite Boutique du Bien-Être, Grand-Rue 11, tél. 021 922 38 38 : Rabais de 5 % sur l'assortiment dans la boutique et sur le site www.rufbio.ch

Yverdon, Diététique-Santé, Rue du lac 1, et Droguerie-Herboristerie, Rue du Milieu 2, Marianne Schwab-Hofer, tél. 024 425 13 34, www.droguerie-dietetique.ch :

Rabais de 3 % sur leurs assortiments
Yverdon, Epicerie Diétètique, Rue de la Plaine 54, Françoise Lopez tél. 024 425 30 73 : Rabais de 3% sur l'assortiment.

VAUD : PRODUCTEURS BIO (VENTE DIRECTE)

Ballens, Marché des Biolettes, Gilles et Pascale Roch, Chemin de la Prélaz, tél.021 809 56 29, marchedesbiolettes@hotmail.com, marché au domaine le jeudi de 16h30 à 19h00 : Rabais de 10 %
Begnins, Vins, Domaine La Capitaine, Reynald Parmelin, En Marcins, tél. 022 366 08 46, www.lacapitaine.ch : Rabais de 10 % sur tout l'assortiment (pas cumulable avec d'autres rabais)
Bex, Le Pâtisson et son Shop en ligne, La ferme de Bornuit, Rte des Placettes 16, J.-L. et A.-F. Nanchen, tél. 024 463 32 43, www.patisson.ch, légumes, fruits issus de notre production : (Privilège à définir dès le 13 décembre 2014.)
Bonvillars, Domaine de la Coudre, Frank Siffert, Rue des Juifs 10, tél. 079 210 75 41, fax. 024 436 14 73, www.coudre.ch : Rabais de 10 % sur tout l'assortiment
Cugy, Marché Vaney, Christian Vaney, Rue du Village 32, tél. 021 731 26 49, www.marchevaney.com marchevaney@gmail.com Horaire : vendredi 15h.- 19h. Samedi 8h.-12h. Rabais 5% à partir de CHF 50- d'achat à la boucherie.
Froideville, Au Coin Gourmand, Glaces Bio, Thierry Niederhauser, Derrière la ville 6, tél. 079 519 95 64 : Rabais de 5 %, liste des glaces par courriel : tniederhauser@sunrise.ch
Montherod, La Ferme de l'Aronia, Jean-Luc Tschabold, Route de la Chaussée 3, tél. 021 802 53 66 ou 079 352 62 93, www.aronia-bio.ch : Rabais de 10 % sur tout l'assortiment
Pomy, La Ferme des Terres Rouges, Caroline et Fabien Thubert-Richardet, Terres Rouges 1 tél. 078 678 40 35, www.ferme-des-terre-rouges.ch Rabais 5% sur pain, farine, pâtes, huile de colza.

VAUD : RESTAURANTS ET TRAITEURS BIO

Belmont sur Lausanne, Traiteur Bio , Hélène Pinto-Lischer Rte de la Métraude 8, tél. 079 752 34 29, www.traiteur-bio.ch , hpl@traiteur-bio.ch Offert avec une commande d'apéritifs : cake aux carottes
Lausanne, Ozimi : la nature à l'emporter ou à savourer sur place, Rue de Bourg 16-18, tél. 021 311 02 20, horaires : voir sur le site www.ozimi.ch : du 01.05 au 01.09, un sirop bio offert pour un repas.

VAUD : BIEN-ÊTRE ET SANTÉ

Assens, Naturopathie Fleur de Vie, Isabelle Sutherland, Route du Jura 1, tél. 079 261 51 01, www.naturofleurdevie.ch/index.html : Rabais de 10 % premier rendez-vous (bilan santé)
Bex, Art-Thérapeute, Atelier « Ô PAS SAGE », agrégation ASCA et RME, Nicole Uldry, Chemin des Valentines 25, tél.079 639 56 71 : Première séance d'une heure offerte
Bussigny, Parenthèse pour soi, Nathalie de Carli, Ch. De la Sauge 5, tél. 079 464 48 04 www.parenthesepoursoi.ch info@parenthesepoursoi.ch Rabais : 10% sur Massages ou ayurvédique
Chapelle-sur-Moudon, Nutrition, coaching de vie et séminaires, Nathalie Laffaire-Ischer, Nutritionniste ASCA, tél. 078 676 45 47, nathalie.laffaire-ischer@dc-formation.ch : 1 h de coaching offerte,
Cheseaux-sur-Lausanne, Art de Vie, Katrin Fabbri, Thérapeute diplômée, Chemin de Sorécot 23, tél. 079 332 38 09, www.artdevie.ch : Rabais de 10 % sur les cours de cuisine saine et les thérapies
Cheseaux-sur-Lausanne, Ortho-Bionomy®, agrégation ASCA, Natalie Klay, Ch. de Bellevue 1, tél. 021 731 50 94, www.ortho-bionomy-ch.ch : Rabais de 20 % (sauf si remboursé par l'assurance maladie)
Combremont-le-Petit, Coream, massage et réflexologie, agrégation ASCA et RME, Jocelyne Monnerat, rte de Lucens 6, tél.026 666 11 40 www.coream.ch Rabais de 40.– sur la première séance
Crissier, Chromothérapie couleur et conscience, www.cadodelavie.ch, Cendrine Fuchs, tél. 079 488 39 09, Rabais : 10% sur cours Chromot. Et 10% sur séances.
Cottens, Hydrothérapie du côlon, Nutrition Holistique, Denise Kruger Fantoli, tél. 079 371 39 43, www.nutrition-holistique.ch : Rabais de 20.– sur la 1ère séance d'hydrothérapie ou sur un bilan GAPS
Épalinges, La Trame thérapeutique, Françoise Vermot, Praticienne diplômée, Le Grand Chemin 88, tél.021 544 40 40, www.la-trame.com : Rabais permanent de 10 % sur les consultations
Forel/Lavaux, Massages Sonores aux Bols chantants, Nathalie Michlig, Route de Lausanne 2, tél. 079 271 61 92, rythmelavie@bluewin.ch : Rabais de 30.– sur le 1er massage de 30 minutes, puis de 10 %
Gland, Nutrition/Diététique – Hygiène vitale – Spagyrie, Cristel Genevaz, Rue du Perron 2B et Rue des Alpes 8, tél. 079 510 70 55, www.cristelsante.com : Rabais de 15 % sur les consultations
Lausanne, Animalement Vôtre by Evelyne Akribas, Soins énergétiques pour animaux à domicile, tél. 021 320 53 53, www.animalement-votre.ch : Rabais de 25.– sur la 1ère séance et 1 élixir floral offert
Lausanne, Coaching Nutrition et Cuisine Végétarienne, Birgit Boislard, Chemin des Avelines 7, tél. 079 368 62 01 : Rabais de 10 % sur les cours selon le programme sur www.coach-nutrition.ch
Lausanne, Esprit Zen, agrégation ASCA, Céline Maquelin, Rue Marterey 36, tél. 021 647 52 21 ou 079 699 05 38, www.espritzen.net : Rabais de 20.– sur la première séance
Lausanne, Kinergetix, cabinet de Kinésiologie, Matrix Energetics, agrégation ASCA, Laurent Gheller, Rue de Mauborget 1, tél.079 929 19 40, www.kinergetix.ch : Rabais de 50 % sur la 1ère séance
Lausanne, Polarity Thérapie, Massages Sylviane Buchilly,dipl.Agrée ASCA Rue du Pont 22, tél 077 410 42 82 www.vitalitesante.ch Rabais 20% sur la 1ère séance de Polarité, 10% sur les suivantes et 20% massages aux cristaux ou l'ambre. (sauf si remboursé par l'assurance) et 20% sur massages aux cristaux ou l'ambre
Orges, Institut Relax, Claude Resin, homéopathe et phytothérapeute, tél. 024 445 17 75, clresin@bluewin.ch : Rabais de 10 % sur tous les produits bio Santarome + conseils gratuits
Préverenges, Jam-géobiologie, Laurence Gendret, Route de Genève 60 G, tél. 079 821 49 04, www.jam-geobiologie.ch : Rabais de 10 %
Prilly, Massages, Diana Demierre, Chemin de Perréaz 45, tél.078 687 98 61, diana.demierre@bluewin.ch : Rabais de Fr 50.– sur la première séance (tarif de base : 100.– pour 1 h)
Vuarrens Massages, drainage et réflexologie, agrégation ASCA et RME, Nathalie Perret, Ch. Champ du Clos 12, tél. 021 887 89 75 : Rabais de 10 % sur tous les massages et soins pas remboursés
Yverdon et Lausanne, Massothérapeute diplômée, agrégation ASCA, Sandrine Jaquet, tél. 079 887 62 16, www.massage-ekilibre.ch : Rabais de 30.– sur la première séance (sauf si pris par l'assurance)

Yverdon, Réflexologie Aromajik, agrée ASCA, Martina Lavanchy, Rue du Lac 25, tél. 076 582 26 83 www.aromajik.ch : Rab.10 % sur massages et soins pas remboursés , 5% sur préparation huiles essentiels

VAUD : HABITAT, JARDINS, LOISIRS, SERVICES, ETC.

Bex, Fondation Ecojardinage, Route de la Pâtissière 2, tél. 021 463 14 86 : Rabais de 5 % sur les cours, accès au site www.ecojardinage.ch avec un niveau 1 intranet pour des informations en plus

Bournens, Fermexplore, Loisirs et découvertes à la ferme, tél. 079 330 58 11, www.fermexplore.ch : Rabais de 10 % sur les visites accompagnées et les ateliers pour les enfants

Paudex, GreenCars-Rental Voiture location, Votre location écologique et fun, tél.021 558 67 96 www.greencars-rental.ch , info@greencars-rental.ch rabais 10% dès 1 jour de location et 20% pour une location dès 2 jours et plus

Pompaples, Meige Matériaux, Route de St-Loup 1, tél. 021 866 60 32, www.meige.ch : Rabais de 10 % sur les peintures à l'huile de lin Biofa & Aquamarijn, sur les sols en liège et le linoléum Ziro

ROMANDIE / INTERNET

Champagne Bio et 100 % naturel, Tzvetan Mihaylov, Faubourg de l'Hôpital 27A, 2000 Neuchâtel, tél.032 721 34 35, www.vin-import.ch : Rabais de 5 % sur l'assortiment de notre boutique en ligne

LeShopbio.ch, La Pâtissière, 1880 Bex, tél 024 463 14 86, www.leshopbio.ch, Épicerie bio en ligne, légumes bio et biodynamiques : 10 % de rabais, non cumulable avec rabais de quantité

Votre boutique Bio en Ligne, NATECO shop SA, 2800 Délémont, tél. 032 423 33 15, www.natecoshop.ch : Rabais de 10 % sur les commandes effectuées en ligne, non cumulable

BULLETIN D'INFORMATION DE L'ASSOCIATION BIOCONSOMMACTEURS

6ème année
Parution quatre fois par année

Tirage
1'500 exemplaires

Distribution
Aux membres de l'Association et à ses partenaires

Éditeur
Association BioConsommActeurs, Boîte postale n° 8, Route d'Yverdon 2C, 1417 Essertines-sur-Yverdon, tél. 024 435 10 61, fax 024 435 10 63, courriel info@bioconsommacteurs.ch

Rédaction
Manuel Perret

Graphisme
Alain Perret (alpgraphisme@infomaniak.ch)

Ilustrations
Xavier Grand

Impression
Atelier d'impression Kurz SA, Ch. Faubourg-de-Cruseilles 17, 1227 Carouge

Ce bulletin est imprimé sur papier Satimat Green bénéficiant de la certification Ecolabel européen (60 % de fibres de vieux papier et 40 % de cellulose FSC) avec des encres végétales (pour en savoir plus, cf. notre bulletin n° 4/2010).

Publicité
Daniel Jaccard, Association BioConsommActeurs, Boîte postale n° 8, Route d'Yverdon 2C, 1417 Essertines-sur-Yverdon, tél. 079 427 42 69, fax 024 435 10 63, courriel info@bioconsommacteurs.ch

Association BioConsommacteurs • Boîte postale n° 8, Route d'Yverdon 2C, 1417 Essertines-sur-Yverdon
Téléphone + 41 24 435 10 61 - Fax + 41 24 435 10 63 - ccp 17-599827-1 - info@bioconsommacteurs.ch
www.bioconsommacteurs.ch



Bâtir, transformer, rénover, décorer...
avec des matériaux durables, sains et respectueux de l'environnement.

Isolations végétales, enduits en argile, peintures à la chaux...
laissez-vous inspirer par la nature pour vous créer un habitat vivant à votre mesure.

Vente, conseils, séminaires et formations...
dans notre magasin spécialisé au coeur de la Suisse romande.



MEIGE matériaux | 021 866 60 32
1318 Pompaples | www.meige.ch